Nr. 16 Cena 70 gr.



MŁODA MATKA





Cotignola

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

ROK IV Nr. 16

MŁODA · MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU

POPIERANY-PRZEZ-POLSKIE-TOWARZYSTWO-PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT SIERPNIOWY 1930 r.

TREŚĆ: O bezkrytycznem stosowaniu środków czyszczących — **Dr. M. Gromski.** Czy wyjeżdżać z dziećmi za granicę — **Dr. M. Popowski.** Kilka słów o plabach letnisk — żmije — **Dr. Z. Glińska.** Wzrost niemowlęcia — Z cyklu „Cechy zdrowego niemowlęcia" — **Dr. Jerzy Wiszniewski.** Z higjeny macierzyństwa — Inne oznaki ciąży — **Dr. J. Śmiarowska.** Dziecko w roli opiekuna — **St. Lewartowicz.** Poczucie sprawiedliwości — **R. Sztrancmanowa.** Szpasio — historja prawdziwa. Z pamiętnika Wandeczki. Odpowiedzi na listy rodziców. Nagrody pocieszenia. Rady praktyczne.



ZABAWA NA ŁĄCE

O bezkrytycznem stosowaniu środków czyszczących

Jest już późny wieczór. Siedzę w wygodnym fotelu i po całodziennej pracy odpoczywam, całkowicie pochłonięty jakąś śliczną powieścią Galsworthy'ego... Telefon. O jakżeż przykro przerywać dobrze nieraz zasłużony wypoczynek. „Panie doktorze, — mówi jedna z matek, której synek jest pod moją stałą opieką — przed chwilą przyjechałam ze wsi z Jędrusiem: od wczoraj chory, miał wymioty, dałam już dwa razy oleju, ale nic nie pomaga, a teraz wije się wprost z bólu".

W ciągu pół godziny jestem już na miejscu, jeszcze po godzinie narada z chirurgiem, a w nocy o 2-ej chłopiec leży na stole operacyjnym jednego z zakładów leczniczych: ostre zapalenie wyrostka robaczkowego z zajęciem otrzewnej.

Chory wyzdrowiał, ale było wiele usprawiedliwionej obawy, że sprawa nie zakończy się pomyślnie, może właśnie wskutek zastosowania przez matkę dwukrotnie oleju rycynowego.

Wiele już pisano i mówiono o nadużywaniu środków przeczyszczających, które nieraz są conajmniej zbyteczne, czasami — wręcz szkodliwe, zwłaszcza, gdy są stosowane w najmłodszym wieku dziecięcym. Lato i tak częste schorzenia przewodu pokarmowego w tym czasie zmuszają nas do ponownego zwrócenia uwagi na ten temat.

Na czem polega działanie środków przeczyszczających i czemu nie zawsze mogą one mieć zastosowanie? Nie wszystkie tego rodzaju leki działają jednakowo: jedne z nich jedynie mechanicznie pomagają przesuwać się treści kałowej w jelitach, pokrywając je warstwą, zmniejszającą tarcie (np. oliwa); inne wzmagają t. zw. ruch robaczkowy jelit, wywołując uczucie mniejszego lub większego niepokoju w jamie brzusznej; inne jeszcze sprowadzają bardzo silne bóle (kolka), drażniąc błonę śluzową kiszek, powodując znaczne jej przekrwienie i wzmagając wydzielanie przez nią obfitej ilości śluzu.

Nie mogąc wchodzić tutaj w szczegółowe wyjaśnienia powstających w ten sposób zjawisk, musimy sobie jednak powiedzieć, że nie zawsze jest pożądane wzmożenie ruchu robaczkowego jelit, że np. czasami jest nakazany zupełny ich spokój i że w takim razie zastosowanie leku czyszczącego może w skutkach swych okazać się wprost tragiczne. T. zw. bóle brzucha nie zawsze są objawem zwykłej niestrawności wskutek np. przejedzenia się, niedokładnego żucia, lub spożycia nieświeżych produktów; niejednokrotnie są one wyrazem bardzo poważnego cierpienia, jakiem jest np. zapalenie wyrostka robaczkowego lub zamknięcie kanału kiszkowego (t. zw. miserere). I gdy

w pierwszych przypadkach zastosowanie środka czyszczącego będzie zbawieniem, w dwuch ostatnich — może skończyć się katastrofą. Tyfus brzuszny, który niekiedy przebiega bardzo łagodnie, dając jedynie objawy lekkiego niedomagania i lekkiej niestrawności, może przeistoczyć się w bardzo poważne zapalenie otrzewnej lub sprowadzić śmierć chorego wskutek obfitych krwotoków z jelit po zastosowaniu środka rozwalniającego.

Tam, gdzie, jak w wymienionych przypadkach, przewód pokarmowy wymaga kompletnego spokoju, środki te nie mogą być nigdy podawane choremu.

Z drugiej strony istnieje cały szereg stanów zapalnych jelit, które, między innemi, wywołują silne bardzo przekrwienie błony śluzowej i mniej lub więcej częste stolce. Oczywista, że wszelkie te środki przeczyszczające, które wzmagają ukrwienie błony śluzowej kiszek i zwiększają wydzielanie się z niej śluzu, będą również bardzo szkodliwe.

Już z tych kilku, chociażby, przykładów widzimy, jak błędnie nieraz postępujemy, zmuszając dziecko do przyjęcia „na przeczyszczenie“; niezbędne jest zawsze zastanowienie się, czy wogóle dać cokolwiek w tym celu, a jeżeli dać, to co mianowicie. Są środki takie, które, że się tak wyrazimy, czyszczą całe jelita i takie, które działają jedynie na „grube“ kiszki. Te pierwsze możemy stosować bardzo krótko, gdy drugie nadają się do dłuższego użycia (np. przy przewlekłych zaparciach). Bezkrytyczne stosowanie np. w tym ostatnim przypadku nieodpowiednich leków spowodować może stany osłabienia i niedożywiania, ponieważ stale powodują wydalanie z jelit całej zawartości grubych i cienkich kiszek i, znajdujący się w nich materjał pokarmowy nie może być należycie wessany przez organizm. A wieleż to razy słyszy się od matek, że „dawałam już przez całe dwa tygodnie, co drugi dzień, po łyżeczce oleju i zaparcie ani trochę nie ustępuje, a dziecko coraz bardziej mizernieje“.

Tymczasem zaparcie jest częstokroć wynikiem takich stanów chorobowych, które nietylko nie ustąpią pod wpływem środków czyszczących, lecz, przeciwnie, mogą ulec znacznemu pogorszeniu.

Nawet nie w każdem otruciu, kiedy, przecież, chodzi o jaknajszybsze usunięcie z jelit ciała trującego, możemy zastosować pierwszy lepszy środek; przy otruciu np. fosforem olej rycynowy może tylko przyśpieszyć śmierć, ponieważ fosfor łatwo w nim się rozpuszcza i szybko zostaje w tym stanie wchłonięty przez organizm.

Tak częste podawanie dzieciom przez matki oleju lub innych środków czyszczących w początkach najrozmaitszych chorób gorączkowych, ma niejednokrotnie swe teoretyczne uzasadnienie i, istotnie, obniża nieraz temperaturę ciała. Nie jest to, jednak, racją, aby każdą sprawę gorączkową można było w podobny sposób traktować: wszak, przede-

wszystkiem, należy się w niej zorjentować, mniej lub więcej dokładnie zdać sobie sprawę, z jaką chorobą możemy mieć do czynienia i dopiero wówczas zadecydować: dawać, czy nie dawać na przeczyszczenie. Trudno, szanowne czytelniczki, każda z Was ma może wiele doświadczenia z własnemi dziećmi lub z dziećmi swych krewnych i przyjaciółek, wierzcie jednak, że my, lekarze mamy tego doświadczenia znacznie, znacznie więcej i to doświadczenie nasze zniewala nas do przypomnienia Wam, że nawet taki, zdawałoby się, niewinny zabieg, jak „przeczyszczenie", w większości przypadków wymaga aprobaty lekarza domowego.

Dr. M. Gromski.



Czy wyjeżdżać z dziećmi za granicę

Czy wyjeżdżać z dziećmi zagranicę? Niejedna czytelniczka uśmiechnie się zapewne, rzuciwszy okiem na powyższy nagłówek: nie tak znowu wiele osób może sobie pozwolić na taki wyjazd. Tem nie mniej jednak artykuł ten radzimy przeczytać wszystkim, a więc i tym, dla których „zagranica" pozostaje w sferach marzeń. Radzimy przeczytać... na pocieszenie.

Zacznijmy od uświadomienia sobie, czego właściwie należy wymagać dla dziecka *) od letniego wyjazdu. W warunkach normalnych, gdy dziecko jest zdrowe, pragniemy je wyrwać ze spiekoty miejskiej i kurzu, pragniemy dać mu odetchnąć świeżem powietrzem lasów i pól, dać mu wygrzać się na słońcu, zabezpieczyć mu maksimum swobody, spokoju i wypoczynku po miejskim rwetesie. Czy cel ten osiągniemy wywożąc dziecko zagranicę?

Już sama podróż, żeby nawet w najlepszych „luksusowych" warunkach, jest dla dziecka wielce męczącą zarówno pod względem fizycznym, jak i nerwowym. Dziecko zmuszone jest do pozostawania w ciągu szeregu długich godzin w dusznym, rozpalonym i ciasnym wagonie, zostaje wytrącone ze zwykłego trybu życia, nawet odżywianie jego ulega zmianie niepożądanej, bo albo musi jeść to, czego można dostać na stacjach, albo też spożywa zabrane z domu, a więc nieświeże produkty.

Dłuższe podróże dla dzieci są szczególnie niebezpieczne podczas

*) Pamiętajmy, że mowa tu o dzieciach do lat 7-iu.

upałów, bowiem w dusznym, rozpalonym wagonie dziecko łatwo może ulec przegrzaniu, co może u małych dzieci spowodować nawet ciężkie zaburzenia jelitowe.

Tyle o samej podróży. Przejdźmy obecnie do pobytu zagranicą. Starsi zazwyczaj pragną zwiedzić to i owo, obejrzeć jakieś muzea, czy ciekawostki miejscowe, dzieci zaś często muszą im towarzyszyć bodaj z tego prostego powodu, że niema ich przy kim zostawić. Wszystkie te „zwiedzania“ są zbyt męczące dla dziecka. Nie odnosi ono tych miłych wrażeń ani korzyści, co człowiek dorosły, natomiast przeciąża swój umysł i nerwy. Dziecko zwykłe, normalnie rozwinięte, nuży się, zaczyna kaprysić, staje się „nieznośne“, gdyż organizm jego pragnie poprostu odpoczynku, to znaczy swobody ruchów, snu oraz pożywienia we właściwej porze i spokoju. Dziecko t. zw. „inteligentne i nerwowe“ podnieca się niepotrzebnie, chłonie z zatrważającą chciwością wrażenia, lecz nie rozporządza środkami do uporządkowania chaosu, który musi powstać w jego wyobraźni. Odbija się to w fatalny sposób na systemie nerwowym. Dziecko zaczyna źle sypiać, nie chce jeść, znajduje się wciąż w stanie podniecenia.

Lecz oto skończyła się podróż, skończyło się zwiedzanie i dziecko zamieszkuje na stałe w jakimś pensjonacie, czy hotelu. Otóż, o ile chodzi o dzieci, mamy bardzo wiele do zarzucenia hotelom i pensjonatom. Przedewszystkiem kuchnia pensjonatowa, czy restauracyjna nie jest wskazana dla dziecka. Dziecko powinno jeść potrawy proste i zdrowe i te tylko, do których jest przyzwyczajone. A co kraj, to obyczaj i co kraj, to inna kuchnia. Następnie, jak już zaznaczyliśmy, powinno mieć maksimum swobody i spokoju, nie może być krępowane ubraniem, ani względami towarzyskiemi, wreszcie ostatni, ale ogromnie ważny warunek, — nie powinno być narażone na ciągłe stykanie się z szeregiem nieznajomych, czy mało znajomych osób. Ten ostatni warunek w życiu pensjonatowem, czy hotelowem, jest prawie nieosiągalny. Natomiast wszystkie wymienione pożądane warunki gwarantuje najzupełniej zwykłe letnisko na polskiej wsi. Słońce, las, pole, piasek, rzeka, normalna domowa kuchnia, uporządkowany tryb życia, oto co jest potrzebne do ugruntowania młodych sił i zdrowia, oto co może zapewnić dziecku normalny rozwój.

Wszystko, co się dotychczas tutaj mówiło, dotyczy dzieci zdrowych. Jak jednak stoi sprawa z dzieckiem dotkniętem jakiemś cierpieniem, z dzieckiem, którego stan zdrowia wymaga specjalnego klimatu, bądź specjalnych kąpieli, czy jakichś innych leczniczych zabiegów. Czy w danym wypadku należy dla poratowania zdrowia wywozić dziecko zagranicę?

I znowuż nie. Polska jest wyjątkowo szczęśliwym krajem; posiada

różne klimaty: morski, górski, podgórski — jest w czem wybierać. Mamy Hel i Zakopane i Zaleszczyki, tę polską Rivierę. Mamy świetne solanki, kąpiele siarczane i cudowną borowinę w naszych uzdrowiskach rodzimych. Mamy źródła mineralne, mamy wszystko i niczego nie potrzebujemy szukać poza granicami kraju. Wyjazd zagranicę więc dla poratowania zdrowia dziecka, o ile nie chodzi o umieszczenie go w jakiemś specjalnem sanatorjum, jest absurdem.

Niechże się nie martwią matki, które ze względów materjalnych muszą poprzestawać na kurowaniu swych dzieci w krajowych uzdrowiskach: nic lepszego te dzieci nie mogłyby mieć w cudzoziemskich kurortach, pozostając zaś w kraju zyskują tyle, że nie są narażone na ciężary długotrwałych podróży.

Polska również zyskuje na tem: pieniądze pozostają w kraju.

Dr. S. Popowski.



Kilka słów o plagach letniska

IV. **Żmije.**

Ostatniego lata opinja publiczna została zaniepokojona wiadomościami o zjawieniu się żmij w różnych miejscach kraju, a między innemi w tak naprawdę niezwykłem miejscu, jak w Ogrodzie Saskim w Warszawie. Notatki w prasie wywołały wrażenie, że obecność węży jadowitych (żmij) w Polsce jest zjawiskiem niebywałem.

Nie jest to słuszne, gdyż tylko dla nas, mieszkańców miast, węże są zjawiskiem niepokojącem. Tymczasem mieszkańcy wsi, zwłaszcza południowej części kraju, spotykają je bardzo często.

W miejscowościach górskich na ścieżkach i drogach, zwłaszcza w tym roku,. spotyka się duże ilości wężów niejadowitych, jak padalce, miedzianki, węże zaskrońce. Są one bardzo płochliwe i na widok człowieka pośpiesznie uciekają.

Ludzie, powracający z miejscowości podgórskich, opowiadają o dużej ilości rzekomo żmij tam widzianych.

Zwiększona liczba tych gadów jest prawdopodobnie spowodowana zbyt ciepłą zimą.

Prócz tych kilku gatunków wężów niejadowitych spotykany jest

u nas tylko jeden gatunek węża jadowitego, t. zw. żmija.

Powstaje teraz pytanie jak odróżnić żmiję od niejadowitych wężów?

Żmija różni się wybitnie od innych wężów u nas spotykanych. Ma ona głowę płaską i rozszerzoną, wyraźnie odcinającą się od reszty ciała. Ogon zaś ma bardzo wąski, gdy u innych wężów poszczególne części ciała przechodzą jedne w drugie bez wyraźnej granicy. Na grzbiecie ciągnie się zygzakowata czarna pręga.

Wszystkie te cechy zdają się być napozór bardzo wybitne, jednak gdy mamy przed sobą węża ruszającego się i grożącego lada chwila ukąszeniem, to trzeba przyznać, że odróżnienie żmii od innych nieszkodliwych gatunków nie jest wcale rzeczą łatwą.

Z tego powodu najbezpieczniej będzie unikać wężów wogóle, a przedewszystkiem nie podchodzić do nich i nie drażnić ich.

W miejscowościach, gdzie są węże, nie należy chodzić boso. But lub ubranie do pewnego stopnia może zabezpieczyć od ukąszenia, ewentualnie od wprowadzenia jadu do ustroju.

Jeżeli zaś zdarzył się przypadek ukąszenia przez żmiję, to pierwszą czynnością jest staranne wyciśnięcie rany, lub też wyssanie przy pomocy specjalnego aparaciku. Wyssanie wargami nie zawsze jest bezpieczne, ponieważ wargi mogą być popękane, lub też w jamie ustnej mogą być nieznaczne, często nawet niewidoczne, uszkodzenia błony śluzowej. Oczywiście, jeżeli istnieje pewność, że wargi i jama ustna są zupełnie zdrowe, można śmiało rankę wyssać ustami.

Przypadkowe połknięcie śliny pomieszanej z jadem jest zupełnie nieszkodliwe, ponieważ błona śluzowa żołądka i jelit jest nieprzepuszczalna dla jadów.

Kończyna powyżej miejsca ukąszenia powinna być natychmiast mocno podwiązana, a miejsce naokoło rany wycięte, albo wypalone.

Najskuteczniejszym jednak środkiem jest zastrzyk surowicy przeciwjadowej w ilości 20 cm.^{3} dla dorosłego człowieka i 10 cm.^{3} dla dziecka.

W razie potrzeby surowicę można otrzymać w Państwowym Zakładzie Higieny, Warszawa, Chocimska 24, lub też w filjach w Krakowie, Lwowie, Poznaniu, Wilnie, Toruniu, Łodzi i Lublinie.

Dr. Z. Glińska.



Wzrost niemowlęcia

Z cyklu: „Cechy zdrowego niemowlęcia".

Mierzenie wzrostu niemowlęcia służy dopełnieniem ważenia, nie daje jednak praktycznie tak czułych i ważnych wskazówek jak waga. Pomimo to, mierzenie długości ciała ma swe znaczenie, gdyż stwierdza rzeczywisty i nie ulegający wahaniom przyrost ciała, natomiast waga, jak widzieliśmy, może ulegać wahaniom i wskazywać nietylko na rzeczywisty przyrost tkanek, lecz i na rzekomy (obrzęk).

Szczególnie ważnem jest notowanie długości ciała w zestawieniu z danemi wagi, gdyż u niemowląt normalnych i zdrowych zachodzi pomiędzy długością ciała a wagą pewien określony stosunek, który uwidoczniamy na poniższej tablicy (wg. Pirquet'a):

	Chłopcy		Dziewczęta	
Wiek	Waga (w gramach)	Długość (w centymetr.)	Waga (w gramach)	Długość (w centymetr.)
Noworodek	3.500	50	3.250	49
1 mies.	4.400	54	4.100	53
2 mies.	5.300	57	4.800	56
3 mies.	6.200	60	5.700	59
4 mies.	6.800	62	6.300	61
5 mies.	7.300	64	6.900	63
6 mies.	7.900	66	7.400	65
7 mies.	8.500	68	7.800	67
8 mies.	8.900	70	8.200	69
9 mies.	9.200	71	8.500	70
10 mies.	9:500	72	8.800	71
11 mies.	9.900	74	9.400	73
12 mies.	10.200	75	9.700	74

Liczby wzrostu wzięte oddzielnie nie mogą wykazać istotnego rozwoju dziecka, gdyż wzrost ciała na długość z trudnością ulega większym zahamowaniom, mimo chorób i mimo złego stanu odżywiania. Nawet wyniszczone niemowlęta, których waga jest znacznie niższa od normy, rosną na długość, aczkolwiek w tempie zwolnionem.

Rodzaj odżywiania może okazywać wpływ na wzrost dziecka w sensie pewnego zahamowania, lecz przez nadmierne podawanie pokarmów nie wpłyniemy na przyśpieszenie wzrostu, gdyż rytm wzrostu zależny jest przedewszystkiem, od rasowych, wewnętrznych, wrodzonych czynników i zachowuje się w pewych granicach niezależnie od czynników zewnętrznych.

Jednak wśród czynników zewnętrznych, złe warunki higjeniczne, brak powietrza i słońca mogą wpływać hamująco na wzrost. Podobnie wpływa długotrwałe głodzenie i szczególnie brak w pokarmie białka, soli mineralnych i witamin. Tak, że ostatecznie wzrost niemowląt wyniszczonych, zarówno przez niewystarczające podawanie pokarmów, jak i przez choroby, — bywa często mniejszy, niż wzrost dzieci normalnych, i to zahamowanie tempa wzrostu może później utrzymywać się czas dłuższy.

W celu mierzenia długości ciała, układamy niemowlę na desce, ułożonej poziomo na stole i zaopatrzo-

nej w podziałkę centymetrową i nieruchome pionowe oparcie dla głowy. Po ułożeniu dziecka na wznak, głowa lekko dotyka pionowego oparcia; po wyprostowaniu nóżek, dosuwamy do nich ruchomą część przyrządu, składającą się z suwaka w kształcie niskiej pionowej deski i odczytujemy liczbę długości ciała na tasiemce centymetrowej, naklejonej na desce poziomej, na której leży dziecko.

O ile nie posiadamy tablicy wzrostu, w przybliżeniu można orjentować się tak: długość noworodka płci męskiej wynosi 50 cm., noworodka płci żeńskiej 49 cm. Dziewczęta wykazują w ciągu całego roku długość ciała przeciętnie mniejszą o 1 cm. W ciągu pierwszego kwartału życia wzrost powiększa się miesięcznie o 3 cm., w II kwartale o 2 cm. (co miesiąc), w III kwartale o 1,5 cm., w IV kwartale o 1 cm. W końcu roku długość ciała zwiększa się o połowę (25 cm.) w stosunku do długości ciała noworodka.

Dr. Jerzy Wiszniewski.



Z higjeny macierzyństwa

INNE OZNAKI CIĄŻY.

Oprócz zatrzymania się perjodu — do **prawdopodobnych** objawów ciąży należy obrzmiewanie gruczołów mlecznych piersi, często nawet bolesne — rozpierające piersi, ściemnienie obwódki naokoło brodawki i wydzielanie przy naciskaniu brodawki przezroczystej cieczy, tak zwanej siary, która poprzedza tworzenie się właściwego mleka.

Jednakże u wielu kobiet i przed mającą nadejść nakrótko menstruacją dają się zauważyć te, powyżej opisane, zmiany w piersiach, które potem przechodzą.

Tak więc ten objaw nie należy do pewnych, lecz do rzekomych t. j. prawdopodobnych objawów po zajściu. Naturalnie w miarę posuwania się ciąży naprzód postawienie rozpoznania jej jest ułatwione.

Przedewszystkiem badanie wykazuje stałe zwiększanie się macicy, odpowiadające datom przypuszczalnego zajścia, a po 4-ch miesiącach można wyczuć **tętno** płodu, które jest pierwszym **prawdziwym objawem nowopowstałego** życia w łonie kobiety.

Tętno to różni się od tętna matki, które jest znacznie wolniejsze.

Wreszcie w tym samym mniej więcej czasie kobieta zaczyna odczuwać ruchy płodu — t. j. w połowie piątego miesiąca zaczętego, czasem nawet i wcześniej. Lecz bywa także, że pierwiastki (po raz pierwszy będące w ciąży) znacznie później odczuwają ruchy dziecka, nie orjentując się i biorąc je — za ruch robaczkowy jelit lub przesuwanie się miazgi pokarmowej.

Organy płciowe kobiety w tym czasie nabrzmiewają i wydzielają więcej, niż w czasie zwykłym, śluzu.

Często na twarzy pojawiają się piegi, które po urodzeniu dziecka czasem znikają, ale nie zawsze.

Dr. J. Śmiarowska.



Dziecko w roli opiekuna

Chciałabym obecnie zastanowić się nad psychologicznemi motywami, które skłaniają dziecko do opiekowania się przyrodą.

Dziecko jest przecież zasadniczo nieobliczalne w swojem postępowaniu i zachciankach. Korzysta w całej pełni z wolności, o ile tylko nikt mu jej nie odbiera. Zajmowanie się czemkolwiek, jest bądźcobądź zrzekaniem się cząstki wolności, ograniczaniem swojej swobody na rzecz innych. Opiekowanie się więc przyrodą bardzo prędko przybiera charakter świadomego, przecenianego często wprawdzie przez dzieci, obowiązku. I to poczucie obowiązku zmusza dzieci ciągle do spełniania raz powziętej pracy.

Wydaje się to nawet dziwnem, że dziecko okazuje wielkie zainteresowanie pełne troskliwości, dla roślin i zwierząt, wziętych w opiekę. Dziwnem się to może wydawać, że dziecko samo jeszcze zupełnie prawie bezradne, wymagające opieki. samo chętnie opiekuje się roślinami i zwierzętami.

Dziecko czyni to chętnie, tem chętniej, im jest starsze. Dzieje się to w ścisłej zależności od wzrostu sił i samowiedzy dziecka oraz rozwoju jego woli.

Rozwój dziecka odbywa się bowiem w wolnem tempie. Względnie późno dochodzi do głosu — wola, (w wieku dwuch — trzech lat). Wówczas gorzej czuje się dziecko psychicznie. Nic bowiem nie jest tak bardzo krępowane, jak wola dziecka. Nikt nietylko nie bierze jej pod uwagę, lub ją dostrzega



„Kto bawić się będzie ze mną w piłkę?...“

lecz przeciwnie, nikt nie uświadamia nawet sobie jej istnienia. Wola dziecka napotyka więc ustawicznie zapory i sprzeciwy. Nic nie dzieje się tak, jakby ono pragnęło; zawsze niezależnie od niego, według widzimisię dorosłych. Jest ono przedmiotem troskliwej opieki, ale jest właśnie — przedmiotem — z którym nikt się nie liczy. Czasem wydaje się mu, że umyślnie, przez przekorę dorośli drażnią się z niem, bo gdy ono chce się bawić np. kładą je do łóżeczka; a gdy chce leżeć spokojnie, zanoszą je do kąpieli. Wszelkie zaś usiłowania dziecka okazania swej woli, traktują dorośli, jako objawy rozkapryszenia lub krnąbności.

Na pełne inicjatywy lub też naśladownictwa przejawy woli, dorośli zostawiają pewien określony termin w ciągu dnia, t. j. czas zabawy. Tylko podczas zabawy może wola dziecka znaleźć ujście. Ale też nie zawsze tak bywa. Zdarza się bowiem, że albo dziecko nie ma towarzyszy zabaw, albo też ma nieodpowiednich, z któremi nie może się bawić lub zgodzić. Bywa przecież często, że dziecko, spragnione towarzystwa, nie może się z innemi dziećmi zgodzić. Działać tu może albo wrodzona przekora, albo rozbieżność zainteresowań dzieci, jak również ich nadwrażliwa czułość na punkcie postawienia na swojem. Z podobnemi wypadkami można się spotkać dość często. Dla ilustra-

cji przytoczę rozmowę z pewną sześcioletnią dziewczynką.

— Alusiu — spytałam — czy lubisz się bawić w „klasę“?

— Bardzo — odpowiedziała mi dziewczynka. — Ale prawie nigdy się w nią nie bawię — dodała.

— Dlaczego? — spytałam zdziwiona.

— Bo albo moje koleżanki się chcą bawić w „klasę“, a ja nie chcę, albo też ja chcę się bawić, wówczas one nie chcą — wyjaśniła mi dziewczynka.

Tę samą dziewczynkę, z typu rozkazodawczego, spytałam o jeszcze jedną kwestję.

— Alusiu, powiedz mi, czy lubisz się bawić z chłopcami?

— Nie, nie lubię—odrzekła Alusia.

— A to dlaczego? — pytałam dalej. — Czem chłopcy różnią się od dziewczynek?

— Chłopcy noszą spodnie, a dziewczynki sukienki.

— Więc dlaczego nie chcesz się z nimi bawić? — powtórzyłam pytanie.

— Bo chłopcy nie są dla mnie — odrzekła mi dziewczynka niechętnie i odeszła.

Otóż, jak mi się wydaje, stanowisko tej dziewczynki należy rozumieć następująco: dziewczynka lubiła rozkazywać, wobec tego obdarzała sympatją tylko typy uległe. Nieorjentując się dokładnie, jaka zachodzi różnica pomiędzy dziewczynkami i chłopcami, musiała w praktyce zauważyć, że chłopcy mniej od dziewczynek chcą jej ulegać. Ponieważ trudno jej było uzyskiwać przewagę nad typami, które same chcą przewodzić, wobec tego nie mogła ich obdarzać sympatją.

Pełną przewagę może dziecko zyskiwać tylko nad zabawkami. Tym może zawsze rozkazywać, bez obawy sprzeciwu. Ale tu wchodzi w grę fantazja.

Poczucie własnej „ważności“, lub wyższości może odczuć dziecko głównie w obliczu przyrody. Tutaj występuje albo w roli niszczyciela, albo opiekuna, od którego zależy los innych, t. j. kwiatów i zwierząt. Dziecko wie, że kwiaty będą rosły, o ile je podleje wodą, króliki wychowają się, gdy będą karmione dostatecznie. Ze szczenięcia wyrośnie piękny pies, gdy dziecko będzie o nie dbało codziennie, a z cielęcia — krowa, która będzie dawała „prawdziwe“ mleko i t. d. Życie tych wszystkich stworzeń jest całkowicie uzależnione od dobrej woli dziecka — tak ono przynajmniej sądzi.

— Kto da moim kózkom jeść — martwił się szczerze pięcioletni Jasio, gdy po powrocie do miasta, przypomniał sobie, że nadeszła pora karmienia koźląt.

— Boję się, że są teraz bardzo głodne — dodał, przekonany, że nikt go nie będzie mógł zastąpić.

Fakt, że od niego tak wiele rzeczy może zależeć, daje dziecku pełnię zadowolenia. Często równoważy lekceważenie jego osoby przez starszych. Daje miłe samopoczucie pewnego rodzaju potęgi.

Stefanja Lewartowicz.

Poczucie sprawiedliwości

Pora obiadu. Przy stole, nakrytym czystym białym obrusem, siedzi mamusia, tatuś i Maciuś. Maciuś zawsze jada wspólnie z rodzicami, aby nauczyć się ładnie i przyzwoicie zachowywać przy stole, a zresztą — to bardzo nieprzyjemne jeść samemu. Nagle talerz z zupą tak jakoś się przekręcił, zupełnie sam, — Maciuś jest pewien, że go nawet nie ruszył — i, o zgrozo, zupa się wylała, plamiąc obrus i podłogę. Powstaje zamieszanie. Maciuś dostaje klapsa i idzie z płaczem do kąta, służąca sprząta pobojowisko, a mamusia poirytowana woła:

— Niezdarny, brzydki chłopaku, musisz być ukarany!

Mama jest bardzo zdenerwowana i zasiadając ponownie do jedzenia, przysunęła się do stołu widocznie zbyt gwałtownie, tak że nieszczęsny dar Boży w postaci zupy skrewił po raz drugi i znalazł się na podłodze, zamiast w żołądku mamusi. Mamusia zbladła, zrobiło jej się przykro, tembardziej, że z kąta patrzyła na nią para szyderczych małych ślepek.

— Marysiu — zawołała mama na służącą — zdarzył mi się wypadek, musisz drugi raz wejść i sprzątnąć.

Służąca wycierała podłogę. Atmosfera była spokojna i milcząca. Tatuś patrzał na mamusię z pod okularów, ale nie powiedział nic.

U mamusi są goście. Dzieci też trochę przyszło. Maciuś jest szczęśliwy, bo ma towarzystwo. Ale Janeczka nie chce mu dać do pobawienia się swojej małej parasoleczki. Maciuś złości się i wykrzykuje groźnie:

— Ty cholero!

Wśród dobrze wychowanych gości mamusi powstaje dziwne poruszenie. Mamusia dostaje silnych ponsów:

— Doprawdy, nie wiem, skąd dziecko zna ten wyraz — tłomaczy się zakłopotana.

Maciuś zostaje surowo ukarany, zamykają go w osobnym ciemnym pokoju i do gości nie wolno mu już wyjść do końca wizyty.

A mamusia na śmierć zapomniała o tem, że nie dalej jak wczoraj — nawpół żartem pół serjo powiedziała głośno „to cholera“ zupełnie bezkarnie — w obecności Maciusia. Maciuś pamięta o tem dobrze.

„Dziecko bez kary się nie wychowa“ — mawiają opiekunki. Słusznie. Ale dziecko winno odczuć karę, jako wymiar istotnej sprawiedliwości. Tymczasem — karząc dziecko za te same przewinienia, które my sami na każdym kroku popełniamy bezkarnie, zabijamy w niem wszelkie poczucie sprawieliwości, a rodzimy — poczucie własnej krzyw-

dy. Postępujemy przeważnie w myśl zasady: „Co wolno wojewodzie...“ O bezsensowności stosowania tej maksymy w wychowaniu dziecka, nie będę się rozwodzić.

Jeśli chcemy, aby dziecko wzrastało w atmosferze prawdziwej sprawiedliwości, jeśli chcemy, aby uważało ono karę nie za gwałt silniejszego, ale za nieuchronną i słuszną konsekwencję przestępstwa — to musimy kary stosować nietylko względem dziecka, lecz i względem samych siebie. W tym wypadku — współżyjąc z dzieckiem — zniżyć się musimy do jego poziomu, gdyż łatwiej nam to przyjdzie, niż dziecku wznieść się do naszego. Dziecko musi wiedzieć, że za wylanie talerza zupy, czy za powiedzenie brzydkiego wyrazu, czy wreszcie za jakiekolwiek inne „przestępstwo“ mamusia, czy kto inny w ten sam sposób zostaje ukarany, jak ono. Jakże ogromną osiągnie dziecko satysfakcję kosztem tak niewielkiego „poniżenia“ dorosłego. Jakże inny zrodzi się w niem stosunek do kary, która będzie dlań teraz **wymiarem jednej dla wszystkich sprawiedliwości, nie zaś wyrazem czyjejś przemocy!**

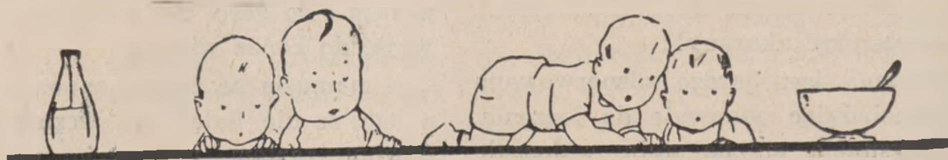
Oburzą się niejedni rodzice:

— Straci dla nas cały szacunek — powiedzą.

Wypada się w tem miejscu tylko uśmiechnąć.

Czy raczej nie traci dziecko szacunku w przeciwnym wypadku?

R. Sztrancmanowa.



S z p a s i o

Historja prawdziwa.

Wszyscy wyszli z domu, ojciec do pracy, mama ze służącą po zakupy; mała Haneczka została sama w mieszkaniu. Było lato, gorące i parne, pootwierane naościerz okna mało przynosiły ochłody. Mama postawiła łóżeczko Haneczki bliżej okna, by w nocy nie było jej duszno. Dziewczynkę, bawiącą się grzecznie lalką, przestraszył nagle żałosny pisk, pochodzący z miejsca, gdzie stało łóżeczko. Przeraziła się bardzo, przycisnęła lalkę do siebie i nasłuchiwała. Pisk powtórzył się znowu, jeszcze bardziej żałosny. Na palcach, niepewnie i bojaźliwie podeszła do miejsca, skąd rozlegał się ów głos. Oczom Haneczki przedsta-

wił się osobliwy widok: na kołderce poruszało się coś czarnego, to właśnie piszczało. Był to mały ptaszek. Dziecko z zapartym oddechem śledziło jego poruszenia, a po pewnem wahaniu odważyło się dotknąć pisklęcia, wreszcie ujęło je w obie rączki. Ptaszek poruszał niezdarnie słabo opierzonemi skrzydełkami, otwierając wciąż długi spiczasty dziobek. Haneczka zrozumiała, iż jest głodny, czemprędzej też przyniosła kilka mięciutkich okruchów, by niemi nakarmić piszczące stworzenie. Blada ze wzruszenia dziewczynka z niesłychaną ostrożnością wkładała okruch po okruchu do rozwierającego się bezustannie dziobka: pisklę połykało je żarłocznie. Tymczasem mama ze służącą Kasią powróciły z miasta, bardzo się obie dziwiły małemu czarnemu gościowi. Mama orzekła, iż pisklę wypadło z gniazdka na deskę okienną, a stamtąd do łóżeczka.

Tatuś przyszedłszy na obiad, powiedział, że to szpak, że go się wychowa, a gdy będzie umiał fruwać, wypuści na wolność. Haneczka spojrzała na ojca rozszerzonemi ze strachu oczami: jakto, więc tatuś wypuści ptaszka, gdy ten będzie duży? Pocieszała się jedak myślą, że szpaś jest tymczasem mały i długo potrwa nim urośnie, a zresztą wcale nie fruwa. Poprosiła tatusia, by oddano jej całkiem szpasia — „na tymczasem“ — będzie się nim zajmowała, będzie go karmić i bawić się z nim. Narazie rodzice pozwolili jedynie Haneczce pomagać mamie w pielęgnowaniu ptaszka. Tatuś pożyczył od znajomych klatki, usłano w niej szpasiowi miękkie gniazdko i postawiono miseczkę z wodą, choć ptaszek nie umiał jeszcze sam pić. Karmiono szpasia kilka razy dziennie, dostawał sałaty, wiśni, chleba. Ptak rósł nieprawdopodobnie szybko, apetyt zaś miał zastraszający. Wypuszczano szpasia od czasu do czasu z klatki a gdy już dobrze umiał fruwać, tatuś oświadczył Haneczce, iż już najwyższy czas wypuścić ptaszka na wolność.

Na samą wzmiankę o tem dziecko zatrzęsło się od płaczu, jak listek, gwałtowne łkania targały małą istotą. Nie widząc innej rady, rodzice zapewnili ją uroczyście, że nie przedsięwezmą niczego ze szpasiem bez jej zgody. Rodzice Haneczki zaniepokojeni byli tym wypadkiem nie na żarty, widzieli bowiem bezgraniczne przywiązanie dziecka do skrzydlatego przyjaciela. Z trudem jedynie przychodziło mamie zabierać Haneczkę na przechadzki: cierpiała ona na myśl, iż w czasie jej nieobecności może się szpasiowi wydarzyć co złego, lub zabierze go kto obcy. Ptak niemniejsze przywiązanie okazywał swej młodej pani: witał radośnie wracającą, a skoro wypuszczano go z klatki, nie odstępywał na krok. Razem z dziewczynką siadał do stołu, uganiał po mieszkaniu, a rano wskakiwał do łóżeczka. Szpaś oczywiście fruwał, a gdy w takich razach, z wysokości szafy lub

pieca spoglądał na swą małą panią, przekrzywiając filuternie swą śliczną główkę o czarnych błyszczących jak dżet oczach, Hanię zdejmowało zawsze uczucie zdumienia, połączonego ze strachem. Bała się, że nie zejdzie do niej.

Razu pewnego, gdy jak zwykle uganiali się po pokojach, ptak wyleciał nagle przez otwarte okno i usiadł na dachu sąsiedniego domu. Na przeraźliwy krzyk dziecka wbiegli rodzice, ujrzeli swą córeczkę wychyloną przez okno, trzęsącą się z płaczu. Ojciec przemocą odsunął Haneczkę, rozkazał wyjść z pokoju, a sam stanął w oknie, gwizdaniem przywołując szpasia. Przyfrunął po chwili i usiadł tatusiowi na ramieniu. Weszli tak do przyległego pokoju, gzie mama nadaremnie starała się uspokoić zrozpaczoną dziewczynkę. Na widok ojca ze szpasiem na ramieniu, Haneczka oniemiała. Odwróciła się z szeptem: „Już go nie chcę, bo on mnie nie kocha".

Długo trwało, nim Haneczka przebaczyła niewierność swemu ulubieńcowi, szpaś zaś nigdy nie objawiał odtąd chęci do ucieczki. Miał nadzwyczajny słuch, podchwytywał każdą melodję, a gdy razu pewnego straż ogniowa na rynku małego miasteczka obywała tak zwaną „próbę", przy dźwiękach hucznego marsza, szpaś z uwagą przysłuchiwał się melodji, a po kilku minutach zagwizdał ją po mistrzowsku. I jak tu nie kochać takiego mądrego ptaka.

Łotr też był z niego nielada. Nauczył się brzydkiej rzeczy: ściągał owoce z talerzy, chował po kątach, pod szafą lub łóżkiem, a gdy nikt nie widział prócz Haneczki opychał się niemiłosiernie. Ukrywał się często, szczególnie gdy przychodzili goście: schowany w jakimś kącie wygwizdywał najróżnorodniejsze „kawałki". Bardzo się ludzie dziwili. Szpaś nie znosił obcych, z wyjątkiem starego pana weterynarza, który często zachodził do rodziców dziewczynki.

Tak minęły trzy lata, Haneczka chodziła do przedszkola. Co rano żegnała się ze swym ulubieńcem, jakby wyjeżdżała w daleką podróż, ptak odprowadzał ją do drzwi a w południe wyczekiwał u progu: wyczuwał w jakiś sposób, czy też poznawał kroki swej przyjaciółki. W czwartym roku życia szpasia, zima była bardzo ciężka. Pan weterynarz mocno zaprzyjaźniony ze szpasiem, ostrzegał często rodziców Haneczki, by szczególną opieką otaczali ptaka, nie pozwolili mu przypadkiem zjeść czegoś zimnego, bo toby mu bardzo zaszkodziło. Nieszczęście nie dało długo na siebie czekać. Mama wyszła w południe po Haneczkę — dnia tego było bardzo ślisko — w międzyczasie służąca wróciła ze sprawunkami i postawiła na kredensie pełen talerz białego sera. Biały ser należał do ulubionych przysmaków szpasia, objadł się więc nim do syta. Dnia tego biedny szpaś nie czekał przy drzwiach na swą panią, zimny, jak lód, ser przyprawił go o kurcze.

Opadł na podłogę, a małem jego ciałem wstrząsały bezustanne dreszcze. Tak zastały go powracające. Mama z Haneczką otuliły czemprędzej biednego łakomego szpasia w ogrzane chusty, wezwany natychmiast pan weterynarz wlewał mu w gardło ciepłą oliwę. Nie pomogły żadne zabiegi, nie zdołały zatrzymać uchodzącego życia. Biedny ptak, wstrząsany strasznemi bólami, wciąż jakby odwracał główkę w stronę swej pani. Dziewczynka nie płakała, rozszerzone niepomiernie oczy wlepiała wciąż w konającego przyjaciela. Zmęczone źrenice szpasia pokryła szklista pokrywa, łapki przestały drgać, a dziobek już nie zamykał, jakby w bezustannem wołaniu o pomoc. Dziecko stało ze spuszczonemi powiekami bez słowa. Nigdy nie wspominała o nim, nikt też z domowników i znajomych nie odważyłby się przypomnieć szpasia w obecności dziecka.

Z pamiętnika Wandeczki

WSTĘP.

Notatki o córeczce zaczęłam pisać wtedy, kiedy jeszcze jej nie było na świecie. Nie wiedziałam wówczas, że to będzie słodka, jasnowłosa dziewczynka i w myśli nazywałam ją Dzidziusiem, gdyż bałam się, by ewentualny synek nie czuł się pokrzywdzony, że nie przeczułam jego przyjścia. Muszę jednak przyznać, że nawet wtedy, kiedy sama byłam małą dziewczynką, zawsze myślałam o córeczce. Z tych myśli właśnie składa się pierwsza część pamiętnika, którą tu pominę. Ogólnikowo tylko wspomnę, że kiedy jeszcze na pensji spotkała mię jaka „krzywda“ lub niewłaściwie ze mną postąpiono, wówczas myślałam, że ja tak „podle“ nigdy nie postąpię z moją córeczką.

Narazie notowałam to wszystko w pamięci. Kiedy jednak marzenie o maleństwie stawało się rzeczywistością, zaczął ogarniać mię lęk, czy sprostam zadaniu, czy zawsze dobrze będę postępować z Dzidziusiem. Wówczas zaczęłam spisywać uwagi o swem życiu. Doszłam do wniosku, że dorośli często narzekają na własnych rodziców, na otoczenie, a potem, gdy znajdą się w takich samych wa-

runkach jak ich rodzice, nieraz surowiej postępują wobec własnych dzieci. Dlatego dobrze byłoby, gdyby dorośli prowadzili swoje pamiętniki w ten sposób: jeśli kiedykolwiek źle z nimi postąpiono, to w konkluzji zdarzenia napisać krótko: „nie postąpię tak a tak". Potem, nieraz po wielu nawet latach, gdy znajdziemy takie zdanie własną ręką napisane napewno odnajdziemy też w duszy zapał młodzieńczy, by naprawdę świat choć trochę polepszyć. I dopiero wówczas pamiętnik jest nietylko powiernikiem naszych myśli, ale i surowym sędzią, czy nie zniżamy lotu, czy postępujemy tak, jak chcieliśmy, by z nami postępowano.

Niemniej ważny jest pamiętnik, w którym notujemy szczegóły z życia dziecka. Ważny jest dla matki, która chce jak najlepiej poznać swe dziecko i pilnie baczy na wszelkie odruchy nawet z czasu niemowlęctwa. Poznanie dziecka ułatwi jej znakomicie kierowanie jego rozwojem. Prócz tego pamiętnik taki przyda się w przyszłości dla dziecka, które samo świadomie zacznie pracować nad swym charakterem i będzie dlań przemiłą pamiątką starań rodzicielskich i własnego życia.

Nie miałam nigdy czasu, by systematycznie prowadzić dziennik. Dlatego często bardzo nawet ważne zdarzenia notowałam w kilku słowach, byle później o nich nie zapomnieć. Co pewien jednak czas, gdy miałam więcej wolnych chwil rozwijałam krótkie zdania w okresy, w których starałam się jak najwierniej odmalować życie i rozwój mej córeczki. W ten sposób powstał pamiętnik Wandeczki, który tu przytaczam, opuszczając szczegóły mniej ważne lub natury bardzo osobistej.

Prócz tego pamiętniczka miałam dwa zeszyty. W jednym notowałam systematycznie ilość każdorazowo wyssanego pokarmu przez Wandeczkę oraz rozwój fizyczny — wagę, miarę, obwód klatki piersiowej i główki, pojawianie się ząbków i t. d.

W drugim zeszycie prowadziłam słownik Wandeczki, notując kolejno powstające wyrazy — ich brzmienie, znaczenie i genezę.

Wandeczka urodziła się 2-go marca o g. 7-ej rano. Przyszła na świat niespodziewanie wcześnie, bo oczekiwaliśmy jej w końcu tegoż miesiąca. Nie byliśmy też najzupełniej przygotowani, zwłaszcza, że do ostatniej niemal chwili zdawało mi się, że niemożliwe, by to było rozwiązanie. Kiedy przyszła dr. G. i akuszerka p. Rz., zdążyły ledwie umyć ręce, a już córeczka się urodziła.

Żal mi tylko, że Wandunia z powodu zamieszania, wywołanego pośpiechem, nie została ani zmierzona, ani zważona. Podobno była duża, lecz szczuplutka, a według mnie śliczna. — Czarne włoski ztyłu lekko zakręcone ocieniały jej buźkę, całą różową, z mocniejszemi jeszcze kolorami na policzkach. Oczy miała ciemno - niebieskie i bardzo błyszczące. Wyglądała, jakby przyszła z wielkiego słońca, cała zaczerwieniona, a nie zdążyła jeszcze zbronzowieć.

Pierwszą trudnością w wychowaniu Wandeczki było przyzwyczajanie jej do ssania. Dopiero trzeciego dnia przed wieczorem udało się jej schwytać brodawkę. Następne karmienie było jednak nieudane. Spróbowałam wówczas dać jej z tej samej piersi, co uprzednio i jakoś poszło. Wogóle przez pierwsze dwa dni od chwili przystawienia nie chciała ssać ,a w każdym razie wolała pierś lewą, którą pierwszy raz chwyciła usteczkami.

Nie wiem, czemu przypisać tę niechęć do ssania. Być może, iż piersi moje były zbyt twarde, a może przyczyniła się do tego pielęgniarka, która w nocy przed ssaniem dała jej łyżeczką trchę rumianku, a może przedwczesne nieco urodzenie nie pozwoliło się rozwinąć instynktowi ssania.

Od pierwszych jednak dni karmiłam Wandeczkę systematycznie, co trzy godziny, później co cztery według wskazówek Dr. B. *)

(D. c. n.).

*) O tem, jakie serdeczne uczucia mną wtedy ogarnęły, gdy maleństwo moje pierwszy raz nakarmiłam, nie piszę. Każda z młodych matek zna je zbyt dobrze, więc ustęp ten zostawiam dla Wandeczki, gdy dorośnie.

Odpowiedzi na listy rodziców

1. Pani Helenie Sokołowskiej. Nie widząc dziecka, trudno nam jest na odległość ustalić przyczynę niedobrych stołeczków synka Pani. U dziecka, karmionego piersią, przy przybywającej prawidłowo wadze ciała, wolne stolce nie odgrywają naogół większej roli.

Należy przeto w pierwszym rzędzie ustalić, czy synek Pani ma dostateczny przyrost wagi ciała, jeżeli nie, należy ustalić ile wysysa pokarmu. Dobowa ilość pokarmu dla dziecka 4-ro tygodniowego wynosi w przybliżeniu 600 gr.; dla 6-cio tyg. 700 gr.; dla 8-io tyg. 800 gr.

Bardzo możliwem jest, że niepokój i płacz dziecka Pani jest spowodowany zamałą ilością pokarmu.

Dziecko trzeba odżywiać regularnie co 3 godziny, a w razie snu budzić; przy piersi trzymać dziecko 15 minut.

Dziecko z niewielkim katarkiem, niegorączkujące, należy kąpać codziennie. Kąpiel powinna trwać 3 do 5-iu minut.

Na powietrze należy wychodzić codziennie, stopniowo czas spaceru przedłużając. W dnie pogodne nie należy ograniczać liczby godzin spędzonych na powietrzu.

W djecie Pani, poza wyłączeniem alkoholi i rzeczy ostrych, nie należy wprowadzać żadnych ograniczeń.

2. Pani Marji Przewoźniakowej. Roczne dziecko powinno jadać tylko 4 × na dobę. Poszczególna porcja od 200 do 250 gr.

Na śniadanie: Kawa zbożowa lub kakao owsiane z bułeczką z masłem, lub, o ile dziecko nie gryzie, to z rozmoczonemi sucharkami.

Na obiad: Wszelkie zupy jarzynowe i owocowe, zasypane kaszką lub zaprawione mąką, aby były gęściejsze. Jako drugie danie jarzyny, jabłko pieczone, kompoty lub owoce.

Na podwieczorek: Połowę tego, co na śniadanie, oraz owoce.

Na kolację: Kaszka na mleku.

Z owoców w chwili obecnej córeczka Pani może dostawać jabłka, dobre gruszki, śliwki, renklody. Owoce zawsze muszą być dojrzałe i umyte.

Soki owocowe lub jarzynowe należy podawać surowe.

W sprawie usunięcia robaków, należy zwrócić się do lekarza.

3. Pani B. Barlińskiej. Waga 9-cio tygodniowej dziewczynki wynosi przeciętnie 4,800 gr., chłopca 5,300 gr.

Na zaparcia u małych niemo-

wląt dobrze jest stosować surowe soki jarzynowe (z marchwi, pomidorów) w ilości od 1 do 3 łyż. od herbaty dziennie.

4. Pani A. K. Nie widząc dziecka, nie możemy powiedzieć, jaka jest przyczyna stanów podgorączkowych i złego wyglądu dziecka, a tem samem, jakie zastosować środki lecznicze.

Tak co do leczenia, jako też potrzeby stosowania kąpieli słonych może jedynie decydować lekarz domowy, który widział dziecko.

Waga córeczki Pani jest wyższa od przeciętnych norm wagi dziecka w tym okresie życia.

5. Pani A. Tomaszewskiej. Wobec tego, że córeczka Pani w krótkim czasie kończy rok, należy przejść na jedzenie 4-ro krotne (djeta w odpowiedzi na list Nr. 2 Pani M. Przewoźniakowej). Zmiana liczby jedzeń często dodatnio wpływa na łaknienie dziecka.

Często ząbkowanie u dzieci zaczyna się w 10-tym miesiącu życia. Nie ma to żadnego wpływu na późniejszy układ ust.

Ospę należy bezwzględnie jeszcze raz zaszczepić na jesieni.

6. Pani Wandzie Reutflejszowej. Waga córeczki Pani jest wyższa od przeciętnej normy wagi dziecka w tym wieku. Wobec dobrego przybywania wagi córeczce Pani, niema potrzeby wprowadzać w tej chwili sztucznego dokarmiania.

Dopiero z chwilą ukończenia przez córeczkę Pani ½ roku należy przejść na 5-ciokrotne odżywianie, w czem 4 × pierś, a 1 × kaszka manna na smaku z jarzyn i jarzyny.

4-ro miesięczne dziecko powinno sypiać około 18 godzin na dobę.

W tym wieku można już niemowlę nosić bez becika.

Codzienną kąpiel dziecka należy stosować możliwie jak najdłużej.

7. Pani Jadwidze Milkiewiczowej. Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

DO CZYTELNICZEK

Uprzejmie prosimy dołączać do listów z odpowiedzią znaczki na sumę gr. 35.

Listy, do których nie będą dołączone znaczki pocztowe, pozostawać będą bez odpowiedzi.

Zmiana adresu 50 gr.



KAŻDA PRENUMERATORKA, KTÓRA PRAGNIE ROZWOJU DWUTYG. „MŁODA MATKA“, STARA SIĘ O ROZPOWSZECHNIENIE PISMA I ZDOBYCIE PRZYNAJMNIEJ JEDNEJ PRENUMERATORKI. NA ROK 1930.



Nagrody pocieszenia

Intencją organizatorek konkursu robót „Kobiety Współczesnej“ było zachęcenie do udziału w nim jak najszerszych warstw czytelniczek.

Dlatego specjalnie podkreślamy w warunkach, że konkurs jest **amatorski,** t. zn., że mogą i powinny zainteresować się nim naprawdę wszystkie panie miłośniczki robót ręcznych. Dlatego, także celem większej jeszcze zachęty, ustanowiono oprócz nagród pieniężnych (pierwsza — 250 złotych i pięć drugich nagród po 100 zł.) jeszcze szereg nagród pocieszenia w naturze. Nagrodami — a jest ich kilkadziesiąt będą książki (najnowsze wydawnictwa) oraz trykotarze.

Szczegółowe warunki konkursu i fotografje wzorów podane były w numerach: 24, 26 i 27 „Mojego Domu“. Termin nadsyłania wzorów na konkurs przesuwa się do dnia 15-go października.

Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.

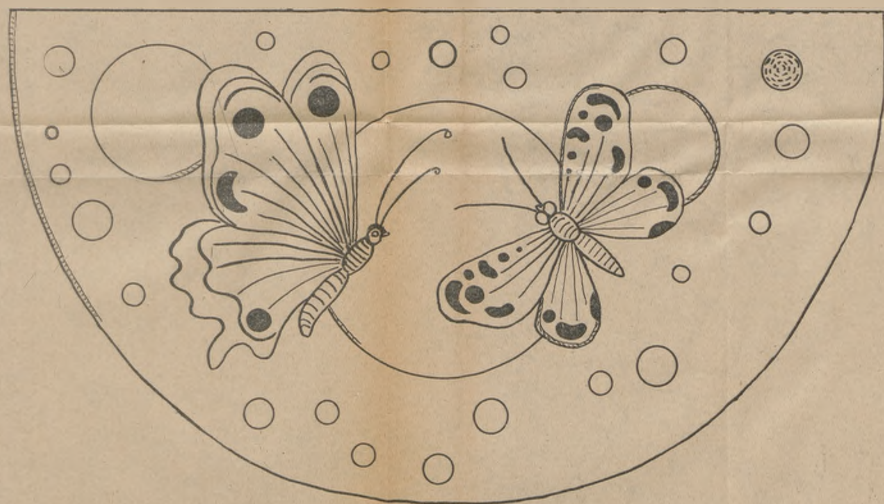
SZLACZKI NA RĘCZNICZKI, FARTUSZKI I T.P.

SCIEGIEM SZNURECZKOWYM I PRZEWLEKANYM















Zofja Dworzyńska

MAKATKA DO POKOJU DZIECINNEGO

ścieg sznureczkowy ——— i przewlekany ------



Zofja Dworzyńska